

**Senast reviderat:** 2025-11-14 rev 5

**Dokumentet gäller för:** Sektionen för Hematologi och Koagulation

**Innehållsansvarig:** Christina Goldkuhl, Överläkare. Catharina Lewerin, Överläkare. Christine Wennerås, Överläkare

**Godkänd av:** Martin Stenson, Sektionschef

# Råd till dig med pågående cytostatikabehandling för malignt lymfom

## Revideringar i denna version

- Borttagen ruta från "Ja, Detta kan du göra" (dricka vin eller öl)
- Övrigt inga ändringar

## Revisionshistoria

Rev	Giltig från	Förändring	Författare
4	2025-03	Allmän översyn, inga ändringar gjorda	Catharina Leverin, Christina Goldkuhl, Christine Wennerås
3	2021-05	Inga justeringar gjorda i denna version	Seija Brundin
2	2020-05	Undvik bastu om du har CVK, förbandet kan lossna	Seija Brundin
1	2015-10	Första utgåvan av detta dokument	Seija Brundin

## Granskare

Christina Goldkuhl, Överläkare  
Catharina Lewerin, Överläkare  
Christine Wennerås, Överläkare  
Bodil Jönsson Överläkare, Klinisk mikrobiologi  
Susann Dallendörfer Dietist, Klinisk nutrition SU  
Martin Stenson, Sektionschef

3 patienter samt 1 närstående

## Råd till dig med pågående cytostatikabehandling för malignt lymfom **JA! Detta kan du göra**

Mat	Fysisk aktivitet	Nöjen	Husdjur
Äta varierad och näringsrik mat	Träna så att du har krafter kvar för dina behandlingar	Gå på bio, teater, konsert, välj ytterplatser så att du sitter "luftigt"	Kela med ditt husdjur
Gå på restaurang	Jogga, Yoga, Cykla, Promenera	Utomhusevenemang som konserter, sport	Ha husdjur i sängen
Godis (inklusive lösviktsgodis) och bakelser; dagsfärsk	Gå på gym	Lättare trädgårdsarbete	
Äta hos vänner	Bastu, undvik om du har CVK, förbandet kan lossna	Simma i havet, insjö eller utomhusbassäng om du inte har sår eller CVK	
Rå fisk inklusive sushi-nyttillverkad	Massage	Skyddat sex	
Vakuumpförpackad fisk, kontrollera förpackningsdatum			
Kallrökt, torkat eller gravat kött som ska ätas kallt, frys i 3 dygn			

## **NEJ! Detta bör du avstå ifrån**

Mat	Fysisk aktivitet	Nöjen	Husdjur
Opastöriserad mjölk eller ost	Bad i bubbelpool	Ligga och steka i solen	Byta sand i kattlådan
Mögel och kittostar	Bad i inomhusbassäng	Tatuering	
Lösviktsnötter	Kampsporter	Gräva i komposter	
Mjukglass			
Mat som har stått framme länge, kalla buffeér		Renovera hemma, riva väggar	
Rått kött		Handla vid rusningstid	

**Undvik infekterade människor-håll en armlängds avstånd! Krama inte snoriga barn.**